

Школа

МБОУ СОШ № 2 г. Покров

Отд./корп

День

2

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	174	Каша рисовая молочная	210	36,00	186,73	5,96	6,85	20,45
	закуска		Печенье/вафли	50	13,84	189,00	4,20	4,00	26,60
	хлеб	18	Хлеб пшеничный	40	8,00	117,00	3,95	0,50	24,20
	напиток		Снежок	200	18,25	108,00	4,50	3,00	21,80
				<i>Итого завтрак:</i>	500	76,09	600,73	18,61	14,35
Обед	1 блюдо	88	Щи из свежей капусты с мясом	200	27,00	142,00	3,60	4,20	6,20
	гарнир	302	Каша гречневая рассыпчатая	150	16,00	200,86	3,39	3,48	35,81
	2 блюдо	260	Мясо тушеное с луком	90	45,85	168,00	13,23	19,40	2,56
	напиток	349	Компот из сухофруктов	200	6,00	41,91	0,00	0,00	11,23
	хлеб черн.	19	Хлеб ржаной	40	5,00	116,55	3,74	0,68	21,65
	хлеб бел.	18	Хлеб пшеничный	30	7,00	135,00	3,80	0,45	24,75
				<i>Итого обед:</i>	710	106,85	804,32	27,755	28,205
			ИТОГО ДЕНЬ 2:	1210	183	1405	46	43	195

17.12.2024